



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, bestellen Sie bequem frei Haus.

GEFRO KG
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Cremige Paprikasuppe mit Rhabarber

- GEFRO Natives Olivenöl Extra
- GEFRO Suppe
- 2 große gelbe Paprika
- 300 g Rhabarber
- 1 große Zwiebel
- 1 EL Limettensaft
- Zucker
- Salz
- 100 g Schmand, 20 % Fett
- 4 Radieschen
- 2 EL Schnittlauch, fein geschnitten

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Cremige Paprikasuppe mit Rhabarber

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 45 Minuten

Nährwerte pro Portion:

16,2 g Fett 10,9 g Kohlenhydrate 4,9 g Eiweiß 7,8 g Ballaststoffe
210 kcal Brennwert

Cremige Paprikasuppe mit Rhabarber: 2 gelbe Paprika vierteln und von Strunk und Kernen befreien. Die Paprikaviertel in feine Streifen schneiden. 300 g Rhabarber putzen und bis auf eine Stange, alle in 2 cm große Stücke schneiden. Die übrige Stange in etwa 1 cm dicke Stücke schneiden und für die Einlage beiseite stellen. 1 große Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

2 EL **GEFRO Natives Olivenöl Extra** in einem großen Topf erwärmen. Die Paprikastreifen, Rhabarberstücke und Zwiebelstreifen in den Topf geben und andünsten. Mit 800 ml klarer Brühe aus **GEFRO Suppe** ablöschen und etwa 15 Minuten bei mittlerer Temperatur köcheln lassen. Die Suppe mit dem Küchenstab fein pürieren. Mit 1 EL Limettensaft, einer Prise Zucker und etwas Salz abschmecken. 100 g Schmand unterrühren. Die übrigen Rhabarberstücke in die Suppe geben, nochmals aufkochen und etwa 5 Minuten bei minimaler Hitze ziehen lassen.

In der Zwischenzeit 4 Radieschen in dünne Scheiben schneiden. Die Suppe in Tellern anrichten und mit den Radieschenscheiben und 2 EL fein geschnittenem Schnittlauch bestreuen.